

Les groupes d'aliments

- Fruits et Légumes
- Viandes, poisson oeufs
- Féculents
- Matières grasses
- Produits laitiers
- Produits sucrés

Semaine 28

- Entrée
- Plat principal
- Légume Féculent
- Produit laitier
- Dessert



Lundi

Repas biologique

- Salade de pommes de terre bio mayonnaise
- Emincé de poulet bio au jus
- Petits pois bio au jus
- Yaourt sucré bio
- Fruit bio

Mardi

Salade de riz provençale

Papillote de poisson

Gratin de courgettes

Paysan breton

Fruit

Mercredi



Salade Marocaine (Tomate/Concombre)
 Couscous de bœuf
 Semoule bio
 Délice de chèvre
 Nougat



Jeudi

Repas végétarien

Salade iceberg

Pois chiches

Torsades aux légumes du soleil

Saint Nectaire

Purée de fruits bio

Vendredi

Tarte thon tomate

Rôti de porc* caramélisé au miel

Carottes Vichy

Suisse aromatisé

Pastèque bio

Repas de substitution :

- Lundi : Nuggets de poisson
- Mercredi : Couscous de la mer
- Vendredi : Rôti de dinde caramélisé au miel

Présence de porc signalée par *

Mercredi, un petit vent venu d'Orient souffle sur ton assiette,
 Souvenir de vacances peut-être ? ...

Le couscous est un plat typique du Maghreb qui se prépare dans un couscoussier.

C'est dans cette marmite que sont cuits les légumes et la viande.

La vapeur dégagée monte dans le couscoussier pour cuire la semoule.

Miam !



Légende

- Produit issu de l'agriculture biologique
- Produit de saison
- Produit local
- Dessert du chef